

فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس
إرشادات قائمة على نتائج الاختبار

1. ما هو فيروس كورونا الجديد؟

فيروسات كورونا هي عائلة كبيرة من الفيروسات. يصيب العديد منهم الحيوانات، لكن بعض فيروسات كورونا المنقولة من الحيوانات يمكن أن تتطور (تتحول) إلى فيروس كورونا بشري جديد يمكن أن ينتشر من شخص لآخر. هذا ما حدث مع فيروس كورونا الجديد المعروف باسم SARS-CoV-2019 الذي يسبب المرض المعروف باسم COVID-19. عادة ما تسبب أمراض فيروسات كورونا للأشخاص مرضاً خفيفاً إلى معتدلاً، مثل نزلات البرد.

2. كيف تنتشر فيروسات كورونا؟

مثل أمراض الجهاز التنفسي الأخرى – كالإنفلونزا - تنتشر فيروسات كورونا بين البشر عادةً من شخص مصاب لديه أعراض عن طريق:

- القطرات الناتجة من خلال السعال والعطس.
- الاتصال الشخصي الوثيق، مثل الاهتمام بشخص مصاب.
- لمس شيء أو سطح به الفيروس، ثم لمس فمك أو أنفك أو عينيك قبل غسل يديك

3. ما هي أعراض COVID-19؟

تراوحت الأمراض التي تم الإبلاغ عنها بين الأشخاص الذين يعانون من أعراض خفيفة أو لا يعانون من أعراض إلى الأشخاص الذين يعانون من مرض شديد، مما يتطلب الدخول إلى المستشفى والموت. تشمل الأعراض:

- حمى
- سعال
- صعوبة في التنفس

4. لم يكن لدي أعراض ولكني خضعت لاختبار COVID-19 على أي حال، هل هناك أي شيء يجب أن أفعله أثناء انتظار نتائج الاختبار الخاصة بي.

لا ننصح بإجراء اختبار COVID-19 للأفراد الذين لا يعانون من أعراض، ولكن إذا خضعت للاختبار على الرغم من عدم ظهور الأعراض عليك، فيجب عليك الاستمرار في اتباع ممارسات التباعد الاجتماعي الموصى بها، مثل البقاء في المنزل والبقاء على بعد 6 أقدام على الأقل من الآخرين عندما تكون خارج منزلك حتى تظهر نتائج الاختبار. يجب عليك أيضاً استخدام غطاء الوجه القماشي عندما تغادر المنزل لأية أنشطة أساسية.

إذا كنت على اتصال بحالة مشتبه فيها أو إيجابية لمرض COVID-19، فيجب أن تظل في الحجر الصحي في منزلك وبعيداً عن الآخرين حتى تظهر نتائجك، ثم اتبع الإرشادات أدناه بناءً على ما تظهره تلك النتائج.

5. لم يكن لدي أعراض ولكني خضعت لاختبار COVID-19 على أي حال وظهر اختباري سلبياً، هل هناك أي شيء يجب أن أفعله؟

يجب أن تستمر في البقاء في المنزل ما لم تكن عاملاً أساسياً أو تحتاج إلى الحصول على الخدمات الأساسية. وعند مغادرة منزلك، اتبع ممارسات الإبعاد الجسدي الموصى بها عن طريق الابتعاد على الأقل 6 أقدام عن الآخرين واستخدام غطاء الوجه القماشي عندما تكون على

فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس إرشادات قائمة على نتائج الاختبار

اتصال بالآخرين خارج المنزل. من المهم ملاحظة أن نتيجة الاختبار السلبية قد تعني أنك لم تكن مصابًا في وقت إجراء الاختبار ولكن لا يزال من الممكن أن تصاب بالعدوى في وقت لاحق، لذا من المهم الاستمرار في ممارسة تدابير الوقاية مثل التباعد الجسدي وغسل يديك بشكل متكرر.

من المهم ملاحظة أنه إذا كنت على اتصال بحالة مشتبه فيها أو إيجابية عندما تم اختبارك، فيجب عليك البقاء في الحجر الصحي لمدة 14 يومًا كاملة حتى إذا كانت نتيجة الاختبار سلبية. وذلك لأن فترة حضانة الفيروس يمكن أن تصل إلى 14 يومًا وما لم يتم اختبارك في اليوم الرابع عشر من التعرض، فإن نتيجة الاختبار السلبية في وقت سابق من فترة الحجر الصحي لا تعني أنك غير مصاب.

6. لم يكن لدي أعراض ولكن تم اختبار COVID-19 على أي حال واختباري إيجابي. هل هناك أي شيء يجب أن أفعله؟

على الرغم من عدم ظهور أعراض إذا كان الاختبار إيجابيًا، فيجب عليك البقاء في المنزل وبعيدًا عن الجمهور لمدة 7 أيام على الأقل من وقت الاختبار. بينما تتعلم المزيد عن فيروس كورونا الجديد، نجد أن الأشخاص يمكن أن يكونوا معديين حتى قبل أن تبدأ الأعراض في الظهور عليهم. قد يكون تم إجراء الاختبار قبل أن تبدأ الأعراض، أو أنك أن الأعراض لن تظهر عليك على الإطلاق.

إذا كنت على اتصال بحالة مشتبه فيها أو إيجابية عندما تم اختبارك، فقد يتم الإفراج عنك بمجرد إكمالك 7 أيام من تاريخ الاختبار حتى إذا كان ذلك قبل انتهاء فترة وجودك في الحجر الصحي، طالما بقيت بدون ظهور الأعراض عليك.

7. لم تكن لدي أعراض عندما أثبتت إصابتي بمرض COVID-19 ولكن ظهرت لدي أعراض خلال فترة العزل. هل يجب علي البقاء في العزل لفترة أطول؟

تتم إعادة احتساب فترة العزل إذا ظهرت عليك أعراض أثناء فترة العزل. إذا ظهرت عليك أعراض، فيجب أن تظل في العزل المنزلي لمدة 3 أيام على الأقل (72 ساعة) بعد التعافي، مما يعني اختفاء الحمى دون استخدام أدوية خافضة للحرارة وهناك تحسن في أعراض الجهاز التنفسي (على سبيل المثال: السعال، وضيق في التنفس)، ومرور 7 أيام على الأقل منذ ظهور الأعراض لأول مرة.

إذا كنت على اتصال بحالة مشتبه فيها وكنت في الحجر الصحي عند ظهور الأعراض، فيمكن أن يتم الإفراج عنها بمجرد التعافي وبعد مرور 7 أيام على الأقل منذ ظهور الأعراض لأول مرة حتى لو كان ذلك قبل نهاية الحجر الصحي لمدة 14 يومًا.

8. أعاني من أعراض وخضعت الآن لاختبار COVID-19، هل هناك أي شيء يجب أن أفعله أثناء انتظار نتائج الاختبار؟

يجب عليك البقاء في المنزل والعزل الذاتي حتى تظهر نتائج الاختبار. راجع إرشادات [الرعاية المنزلية](#) على موقع الصحة العامة الذي يخبرك بكيفية العناية بنفسك أثناء وجودك في المنزل في انتظار نتائج الاختبار. راجع الأقسام أدناه لمعرفة ما يجب فعله بمجرد ظهور النتائج.

تأكد من إخبار جميع جهات الاتصال الوثيق الخاصة بك أنهم بحاجة إلى البقاء في الحجر الصحي لمدة 14 يومًا بعد آخر اتصال لهم معك. تشمل جهات الاتصال الوثيقة جميع أفراد الأسرة وأي اتصال حميم وجميع الأفراد الذين كانوا على بُعد 6 أقدام منك لأكثر من 10 دقائق، بدءًا من 48 ساعة قبل بدء الأعراض حتى انتهاء فترة العزل. بالإضافة إلى ذلك، يجب على أي شخص كان على اتصال بسوائل جسمك و/أو إفرازاته (مثل السعال/العطس أو الأدوات المشتركة أو اللعاب أو توفير الرعاية لك دون ارتداء معدات الحماية) أن يكون في الحجر الصحي. يرجى الرجوع إلى [أمر مسؤول الصحة للحجر الصحي المنزلي](#).

9. أعاني من أعراض وخضعت لاختبار COVID-19 لكن نتائج الاختبار سلبية هل هناك أي شيء يجب أن أفعله؟

إذا كنت تعاني من أعراض ولكن لديك نتائج اختبار سلبية لمرض COVID-19، ما زلنا نوصي بالبقاء في المنزل لمدة 3 أيام على الأقل (72 ساعة) بعد التعافي، مما يعني اختفاء الحمى دون استخدام أدوية خافضة للحرارة وهناك تحسن في أعراض الجهاز التنفسي (على سبيل المثال: السعال وضيق في التنفس)، ومرور 7 أيام على الأقل منذ ظهور الأعراض لأول مرة.

فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس إرشادات قائمة على نتائج الاختبار

من المهم ملاحظة أنه إذا كنت على اتصال بحالة مشتبه فيها أو إيجابية عندما خضعت للاختبار، فيجب عليك البقاء في الحجر الصحي لمدة 14 يوماً كاملة حتى إذا كانت نتائج الاختبار سلبية.

10. أعاني من أعراض وظهرت نتيجة اختباري لمرض COVID-19 إيجابية الآن، فماذا أفعل؟

يجب أن تستمر في العزل الذاتي حتى 3 أيام على الأقل (72 ساعة) بعد التعافي، مما يعني اختفاء الحمى دون استخدام أدوية خافضة للحرارة وهناك تحسن في أعراض الجهاز التنفسي (مثل السعال وضيق في نفس)، ومرور 7 أيام على الأقل منذ ظهور الأعراض لأول مرة. اتبع تعليمات [العزل المنزلي](#) الموجودة على موقع الصحة العامة على الإنترنت وارجع إلى [أمر مسؤول الصحة بالعزل المنزلي](#).

تأكد من إخبار جميع جهات الاتصال الوثيق الخاصة بك أنهم بحاجة إلى البقاء في الحجر الصحي لمدة 14 يوماً بعد آخر اتصال لهم معك. تشمل جهات الاتصال الوثيقة جميع أفراد الأسرة وأي اتصال حميم وجميع الأفراد الذين كانوا على بُعد 6 أقدام منك لأكثر من 10 دقائق، بدءاً من 48 ساعة قبل بدء الأعراض حتى انتهاء فترة العزل. بالإضافة إلى ذلك، يجب على أي شخص كان على اتصال بسوائل جسمك و/أو إفرازاته (مثل السعال/العطس أو الأدوات المشتركة أو اللعاب أو توفير الرعاية لك دون ارتداء معدات الحماية) أن يكون في الحجر الصحي. يرجى الرجوع إلى [أمر مسؤول الصحة للحجر الصحي المنزلي](#).

11. هل لا يزال عليّ البقاء على بعد 6 أقدام من الآخرين وارتداء غطاء الوجه القماشي حتى بعد خروجي من الحجر الصحي أو العزل؟

نظرًا لأننا ما زلنا نتعلم المزيد عن فيروس كورونا الجديد وطول المدة التي يمكن أن يبقى فيها الشخص معديًا، يُطلب من جميع الأفراد أن يبقوا على مسافة 6 أقدام عن الآخرين ويرتدون غطاء الوجه القماشي في الأماكن العامة بغض النظر عن نتائج اختباراتهم أو ما إذا كانوا بالفعل في العزل أو الحجر الصحي.